

# 2月 小学校給食献立表



目標

マナーを守って食べよう

大府市教育委員会

日 曜	献立名	体をつくる		体の調子をととのえる		エネルギーになる		エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)
		1群	2群	3群	4群	5群	6群	
2月	ごはん 牛乳		牛乳			米		621
	とうふハンバーグの みぞれあんかけ	豆腐 鶏肉			玉ねぎ だいこん	米粉パン粉 じゃがいも 砂糖 でんぷん	大豆油	
	はくさいとりにくのもの	鶏肉 かまぼこ 豆腐		にんじん ねぎ	はくさい こんにゃく 干ししいたけ ねぎ	砂糖	米油	
	いそかあえ(きざみのり)		のり	ほうれんそう	もやし	砂糖		
3火	ごはん 牛乳	牛乳				米		622
	いわしのかばやき		いわし			でんぷん 砂糖	米油	
	なばなのあえもの	ツナ		菜花	もやし コーン	砂糖		
	のつべいじる	鶏肉 豆腐		にんじん ねぎ	だいこん ごぼう ねぎ 干ししいたけ こんにゃく	さといも でんぷん		
	せつぶんまめ	大豆						
4水	あいちのツイストパン 牛乳		牛乳			パン		638
	こめこのビーフシチュー	牛肉		にんじん トマト	玉ねぎ エリンギ	じゃがいも 米粉 砂糖	豆乳マーガリン 米油	
	キャロットサラダ (イタリアンドレッシング)	ツナ		にんじん	キャベツ コーン		ドレッシング	
	いちご(2こ)				いちご			
5木	ごはん 牛乳		牛乳			米		591
	とりにくのしょうゆこうじやき	鶏肉						
	やさいとわかめのあえもの		わかめ		キャベツ もやし			
	ぶたじる	豚肉 豆腐 油揚げ みそ		にんじん ねぎ	だいこん ごぼう ねぎ	さといも		
6金	むぎごはん 牛乳		牛乳			米 大麦		627
	まぐろとこうやどうふのあげに	まぐろ 高野豆腐				でんぷん 米粉 砂糖	米油	
	はくさいのうめおかかあえ	かつおぶし		ほうれんそう	はくさい 梅 切り干し大根	砂糖		
	かきたまじる	卵 豆腐 かまぼこ		にんじん ねぎ	ねぎ 玉ねぎ	でんぷん		
9月	ごはん 牛乳	牛乳				米		582
	さわらのカレーじょうゆやき		さわら		にんにく	砂糖 でんぷん		
	ぶたにくとだいこんのもの	豚肉 はんぺん		にんじん さやいんげん	だいこん こんにゃく	砂糖		
	ブロッコリーのごまあえ			ブロッコリー		砂糖	ごま	
10火	ちゅうかめん 牛乳		牛乳			中華めん		599
	ピリからラーメンスープ	豚肉 みそ		にんじん にら	もやし キャベツ キムチ			
	あげぎょうざ(2こ)	豚肉		にら	キャベツ 玉ねぎ	小麦粉 パン粉 でんぷん	米油	
	こまつなのちゅうかあえ	ツナ		こまつな にんじん		砂糖	ごま油	
12木	ごはん 牛乳	牛乳				米		668
	さばのこうみやき		さば		しょうが にんにく	でんぷん		
	きりぼしだいこんのふくめに		ツナ	にんじん さやいんげん	切り干し大根	砂糖	米油	
	こんさいのかすじる	豚肉 油揚げ みそ		にんじん ねぎ	ごぼう しめじ ねぎ	じゃがいも		
13金	むぎごはん 牛乳		牛乳			米 大麦		653
	ピピンバ(にくたまごそぼろ)	豚肉 鶏レバー 卵			にんにく	砂糖	米油	
	(やさいなムル)			ほうれんそう	もやし	砂糖	ごま油	
	(たれ)	みそ			しょうが	砂糖	ごま油	
	トックスープ	鶏肉		にんじん にら	玉ねぎ はくさい 干ししいたけ	トック(もち)		
16月	ヨーグルト		ヨーグルト					28.9
	むぎごはん 牛乳		牛乳			米 大麦		628
	マーボーどうふ	豚肉 鶏レバー 豆腐 みそ		にんじん ねぎ	玉ねぎ ねぎ しょうが にんにく	砂糖 でんぷん	ごま油	
	ひじきとはるさめのちゅうかあえ	ささみ	ひじき	にんじん	キャベツ 枝豆	はるさめ 砂糖	ごま油	
ぼんかん					ぼんかん			27.9



おぶちゃん  
マーク

3日(火)、9日(月)、12日(木)  
おおぶニック学校給食米(大府市産)

おおぶニック学校給食米について  
おおぶ しない ゆうき のうぎょう すいしん とく  
大府市内の有機農業の推進に取り組む  
のうぎょうしゃ さいばい こめ  
農業者グループが栽培した米です。



## 【今月の愛知県産の野菜・くだもの】

さといも・れんこん・キャベツ・こまつな・ほうれんそう・パセリ  
チンゲンサイ・にんじん・なばな・はくさい・切り干し大根  
ブロッコリー・だいこん・もやし・いちご・ぼんかん

大府市のホームページでは【学校給食お勧め  
レシピ】として栄養教諭や給食調理員がお勧めす  
るレシピを掲載しています。適量などの観点から、  
調味料の分量や食材の見直しをしています。  
ぜひご覧いただき、家庭でもお試しください。



# 2月 小学校給食献立表



目標

マナーを守って食べよう

大府市教育委員会

日 曜	献立名	体をつくる		体の調子をととのえる		エネルギーになる		エネルギー (kcal)
		1群	2群	3群	4群	5群	6群	
17 火	ココアあげパン 牛乳 (こがたロールパン)		牛乳			パン 砂糖 ココア	米油	576
	とうりゅうキャロットポタージュ	ベーコン 豆乳		にんじん パセリ	玉ねぎ エリンギ	じゃがいも	米油	
	コールスローサラダ (コールスロートレッシング)	ツナ		にんじん	キャベツ 玉ねぎ コーン		ドレッシング	
	ひとくちチーズ(2こ)		チーズ					21.8
18 水	ごもくごはん(アルファかまい) 牛乳	鶏肉 油揚げ	牛乳	にんじん	ごぼう 干しいたけ	アルファ化米 アルファ化もち米 砂糖	米油	565
	あいちのれんこんいりつくね(2こ)	鶏肉			玉ねぎ れんこん	でんぶん 砂糖	油	
	こうものあえ				はくさい 大根漬け			
	とうふとゆばのすましじる	豆腐 湯葉		にんじん ねぎ	玉ねぎ ねぎ えのきたけ			25.8
19 木	ごはん 牛乳 いわしのうめ	おおぶニック学校給食米です。 いわし		牛乳		米		619
	うのはなのいりに	おから ちくわ 油揚げ		赤じそ	梅肉	砂糖 でんぶん		
	ごじる	豚肉 大豆 豆腐 豆乳 みそ		にんじん	枝豆	砂糖	米油 ごま油	
				にんじん ねぎ	こんにゃく だいこん ごぼう ねぎ			28.8
20 金	ごはん 牛乳 こめこのカレー	おおぶニック学校給食米です。 豚肉		牛乳		米		620
	やさいとウインナーのソテー	ウインナー		にんじん	玉ねぎ	じゃがいも	米油	
	てづくりナタデココいちごゼリー			赤ピーマン	キャベツ コーン		米油	
					ナタデココ	砂糖		22.4
24 火	しらたまうどん 牛乳		牛乳			白玉うどん		650
	みそにこみうどんじる	鶏肉 油揚げ かまぼこ みそ		にんじん ねぎ	はくさい ねぎ 干しいたけ	砂糖 でんぶん		
	なっとういりこめこのかきあげ	納豆 かつお粉			玉ねぎ エリンギ	ながいも 米粉	米油	
	あおなのしそひじきあえ		しそひじき	にんじん こまつな	キャベツ			25.5
25 水	ごはん 牛乳		牛乳			米		687
	さばのしおこうじやき	さば						
	にんじんとツナのいためもの	ツナ		にんじん	もやし			
	とりだんごじる	鶏団子 豆腐	わかめ	にんじん ねぎ	玉ねぎ だいこん えのきたけ ねぎ			28.9
26 木	むぎごはん 牛乳		牛乳			米 大麦		629
	おやこに	鶏肉 卵 かまぼこ		にんじん ねぎ	玉ねぎ 干しいたけ 切り干し大根 ねぎ	砂糖 でんぶん		
	キャベツとなまあげのみそいため でこぼん	豚肉 生揚げ みそ			キャベツ	砂糖 でんぶん	米油	
					でこぼん			27.7
27 金	ごはん 牛乳		牛乳			米		583
	しろみぎかなのチリソースかけ	タラ		ねぎ	にんにく ねぎ	砂糖 でんぶん	米油 ごま油	
	きりぼしだいこんのあえもの	ツナ		チンゲンサイ	切り干し大根	砂糖	ごま油	
	【ピストロおぶちゃん きゅうしよくメニューのひ】 ブロッコリーのとうろくスープ	鶏肉		にんじん ねぎ ブロッコリー	玉ねぎ はくさい れんこん ねぎ しょうが 干しいたけ	でんぶん	ごま	26.3



19日(木)、20日(金) おおぶニック学校給食米(大府市産)  
24日(火) みそにこみうどんじる(郷土料理)

平均値	620
基準値	26.9
基準値	640
基準値	26.5

食塩相当量(g)	
平均値	2.0
基準値	2.0

**クイズ! クイズ! ??? がへんしん! なになになるかな?**

**だいずがへんしん! なになになるかな?**

だいず

**ぎゅうにゅうがへんしん! なになになるかな?**

ぎゅうにゅう

**おこめがへんしん! なになになるかな?**

おこめ

**さかながへんしん! なになになるかな?**

さかな

ヒント:発酵食品になるよ!

【発酵食品を食べるとよいこと】

- ・おなかの調子がよくなる
- ・病気ににくい
- ・栄養を吸収しやすい



クイズのこたえ

クイズのこたえ